

**SPIRITUALITAS DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*  
PADA REMAJA AKHIR**

**Kevin Yosua  
802010006**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1 untuk mencapai gelar  
Sarjana Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
SALATIGA  
2014**

**PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS TUGAS AKHIR**

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Kevin Yosua

NIM : 802010006

Program Studi : S1 Psikologi

Fakultas : Psikologi

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir, Judul:

**SPIRITUALITAS DAN SUBJECTIVE WELL-BEING  
PADA REMAJA AKHIR**

Yang dibimbing oleh:

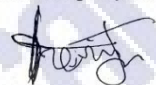
1. Rudangta A. Sembiring, M.Psi
2. K. D. Ambarwati, M.Psi

Adalah benar benar hasil karya saya.

Didalam laporan tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya aku seolah-olah sebagai karya saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis atau sumber aslinya.

Salatiga, 11/9/2014,

Yang memberi pernyataan,



**Kevin Yosua**

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Kevin Yosua

NIM : 802010006

Program Studi : S1 Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW Hak bebas royalti non-eksklusif (*non-executive royalty free right*) atas karya saya berjudul:

**SPIRITUALITAS DAN SUBJECTIVE WELL-BEING**

**PADA REMAJA AKHIR**

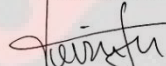
Dengan hak bebas royalti non-eksklusif ini, UKSW berhak menyimpan, mengalih media/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya. Selama tetap dalam mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Salatiga

Pada tanggal : 11 September 2014

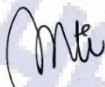
Yang menyatakan,

  
**Kevin Yosua**

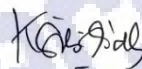
Mengetahui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



**Rudangta A. Sembiring, M.Psi**  
Pembimbing Utama



**K. D. Ambarwati, M.Psi**  
Pembimbing Pendamping

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**SPIRITUALITAS DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING***  
**PADA REMAJA AKHIR**

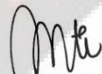
Oleh :  
Kevin Yosua  
802010006

**TUGAS AKHIR**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi guna memenuhi  
sebagian dari persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

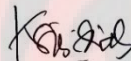
Disetujui oleh,

**Pembimbing Utama,**



Rudangta A. Sembiring, M.Psi

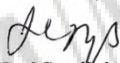
**Pembimbing Pendamping,**



K. D. Ambarwati, M.Psi

Diketahui oleh

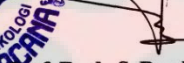
**Kaprodi,**



Dr. Chr. Hari Soetjningsih, M.Psi

Disahkan oleh

**Dehan,**



Prof. Ferdy S. Rondonuwu, Ph. D.

Disahkan pada tanggal 11 September 2014

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2014**





## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kevin Yosua  
NIM : 802010006 Email : yosuaKevin16@yahoo.com  
Fakultas : Psikologi Program Studi : Psikologi  
Judul tugas akhir : Spiritualitas dan Subjective Well-Being pada Remaja Akhir  
Pembimbing : 1. Rudangta A. Sembiring, M.Psi  
2. K.D. Ambarwati, M. Psi.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 16 September 2014





PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
Jl. Diponegoro 52 - 60 Salatiga 50714  
Jawa Tengah, Indonesia  
Telp. 0298 - 321121, Fax: 0298 321453  
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

### PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : KEVIN YOSUA  
NIM : 202010006 Email : yosuakevin16@yahoo.com  
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul tugas akhir : Spiritualitas dan Subjective well-being pada Remaja Akhir

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif*\* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

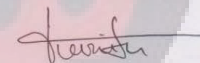
- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA\*\*

\* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

\*\* Harusnya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan alasan tertulis dari pembimbing I, dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dalam kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 16 September 2014

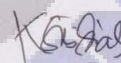
  
Kevin Yosua

Tanda tangan & nama terang mahasiswa

Mengetahui,

 1956

Rudangta A. Sembiring, M.Psi  
F-LIB-081



K.D. Ambarwati, M. Psi.

**SPIRITUALITAS DAN *SUBJECTIVE WELL-BEING*  
PADA REMAJA AKHIR**

**Kevin Yosua**

**Rudangta A. Sembiring**

**Krismi Diah Ambarwati**

**Program Studi Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2014**

## ABSTRAK

Para psikolog sering mengatakan masa remaja merupakan masa badai dan stres yang dapat membuat remaja merasa tidak bahagia. Padahal remaja yang bahagia atau memiliki *subjective well-being* yang tinggi itulah yang akan berusaha menuju kesempurnaan dan merealisasikan potensi yang ada dalam dirinya (Ryff, 1995). Remaja juga harus berusaha memilih dari banyak pilihan yang tersedia untuk membentuk identitas mereka dan melalui masa remaja dengan sukses menuju kedewasaan. Di antara pilihan-pilihan yang harus dibuat itu, salah satunya adalah keyakinan spiritual yang dapat menjadi kerangka ideologi bagi remaja untuk memaknai kehidupan mereka terutama di masa-masa yang sulit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat korelasi antara spiritualitas dan dimensi-dimensi *subjective well-being*. 90 siswa kelas XII dari salah satu sekolah di Salatiga, SMA Laboratorium Satya Wacana, berpartisipasi dalam penelitian ini. Peneliti mengambil data menggunakan *The Spirituality Scale*, *Satisfaction With Life Scale*, dan PANAS. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa spiritualitas berkorelasi positif secara signifikan dengan kepuasan hidup,  $r = 0,45$ ,  $p < 0,01$ . Spiritualitas juga berkorelasi signifikan dengan afek positif,  $r = 0,57$ ,  $p < 0,01$ , tetapi tidak berkorelasi dengan afek negatif.

**Kata kunci :** remaja, kebahagiaan, *subjective well-being*, afek positif, afek negatif, spiritualitas.



## **ABSTRACT**

*Psychologists used to say that adolescence is the time of storm and stress that could lead to an unhappy life. But as researchs has suggested, a happy adolescence or adolescence with high subjective well-being will more likely strive to perfectness and realized their potential. Adolescence also struggled to make choices to integrate their identity that could make them succeed in moving to adulthood. Among those choices is spiritual faith whereas spirituality can be a frame of ideology to help adolescence gives meaning to their life even in their hard time. The aim of the present study is to investigate the relationship between spirituality and dimensions of subjective well-being or commonly known as happiness. 90 students of XII grader were recruited from a high school in Salatiga, SMA Laboratorium Satya Wacana to participate ini this study. They fill the Spirituality Scale, Satisfaction With Life Scale, and PANAS. The result shows that spirituality significantly correlate with life satisfaction,  $r = 0,45$ ,  $p < 0,01$ . Spirituality also significantly correlate with positive affect,  $r = 0,57$ ,  $p < 0,01$ , but does not correlate with negative affect.*

**Keyword :** *Adolescence, happiness, subjective well being, life satisfaction, positive affect, negative affect, spirituality*

## Pendahuluan

Remaja merupakan populasi terbesar di dunia. *United Nation Population Fund* (UNFP) yang merupakan salah satu lembaga di bawah PBB mencatat populasi remaja saat ini sebanyak seperempat dari total populasi dunia yaitu 1,8 milyar jiwa. Di Indonesia, berdasarkan hasil sensus penduduk 2010 data Badan Pusat Statistik (BPS), terdapat sekitar 64 juta remaja atau 27,6% dari total populasi. Jumlah yang besar ini menarik perhatian bagi banyak pihak seperti para peneliti, pembuat kebijakan, dan praktisi akademis.

G. Stanley Hall (dalam Santrock, 2007), yang dikenal sebagai bapak studi ilmiah remaja misalnya, menyebut masa remaja sebagai masa badai dan stress (*storm and stress view*) yang merupakan masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati. Pandangan Hall ini juga berpendapat bahwa individu yang sedang memasuki masa remaja sedang memulai periode yang penuh dengan tekanan dan ketidakbahagiaan. Namun, penelitian saat ini memperlihatkan bahwa karakteristik tersebut merupakan sebuah mitos. Mayoritas anak muda saat ini melewati masa remaja tanpa goncangan yang berarti dalam kehidupan mereka dan orang tua dapat berbicara dengan mudah – dan cukup sering – dengan anak-anak mereka tentang berbagai topik (Feldman, 2012).

Meskipun demikian, bukan berarti masa remaja sepenuhnya tenang. Mayoritas remaja, sebagai bagian dari pencarian identitas mereka mengalami tekanan antara usaha mereka untuk menjadi mandiri dari orangtua mereka dan ketergantungan mereka kepada orangtua. Mereka dapat melakukan eksperimen dengan berbagai perilaku dan godaan dengan melakukan hal-hal yang dipandang

tidak pantas oleh orangtua mereka serta lingkungan sosial secara keseluruhan. Di masa ini lebih sedikit remaja yang terinfeksi penyakit dan kekurangan gizi namun jumlah perilaku negatif remaja (khususnya perdagangan obat terlarang dan aktivitas seks tanpa pelindung) cenderung meningkat (Santrock, 2007). *Subjective well-being* (SWB) remaja merupakan salah satu dari faktor-faktor personal yang mengurangi perilaku beresiko tersebut pada remaja (Simoes, Matos & Batista-Foguet, 2008).

SWB atau kebahagiaan memuat tiga dimensi yaitu kepuasan hidup (*life satisfaction*), afek positif, dan afek negatif (Diener, 1984). Kepuasan hidup merujuk pada sebuah proses penilaian individu terhadap kualitas hidupnya berdasarkan standar pribadi sedangkan afek positif dan afek negatif menggambarkan keadaan emosi individu. Jadi dapat dikatakan, remaja yang bahagia adalah remaja yang puas akan hidupnya dan mengalami lebih banyak afek positif dibandingkan yang negatif (Garcia & Moradi, 2012). Remaja yang bahagia ini akan berusaha menuju kesempurnaan dan berusaha merealisasikan potensi yang ada dalam dirinya (Ryff, 1995). Ryff (dalam Garcia & Moradi, 2012) juga menyatakan bahwa remaja yang bahagia menunjukkan keterlibatan dalam menyelesaikan permasalahan kehidupannya dengan optimal.

Sayangnya, para peneliti menemukan bahwa terdapat kecenderungan rendahnya tingkat SWB pada individu muda. Penelitian mengenai SWB yang dilakukan pada tiga kelompok usia – 18-25 tahun, 25-44 tahun, dan 65 tahun ke atas, melaporkan bahwa kelompok usia yang paling muda memiliki kepuasan hidup yang lebih rendah, tingkat depresi yang lebih tinggi, serta keseimbangan

afek yang lebih rendah dibandingkan partisipan pada usia dewasa madya atau dewasa lanjut (Ehrlich & Isaacowitz, 2002). Penelitian lainya pada tahun 1995 oleh Horley dan Lavery yang juga bertujuan untuk mengukur SWB sepanjang rentang usia mendapatkan hasil yang serupa. Sebanyak 1000 partisipan berusia 15-95 tahun mengikuti penelitian ini dan ditemukan bahwa partisipan muda memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah dibandingkan partisipan yang lebih tua. Diener, Suh, Lucas dan Smith (dalam Ehrlich & Isaacowitz, 2002) menyatakan bahwa hal ini dimungkinkan karena orang-orang menjadi lebih baik dalam beradaptasi dengan kondisi-kondisi kehidupan ketika mereka menjadi lebih tua.

Lebih rendahnya tingkat SWB pada remaja ini dapat dianggap wajar mengingat banyaknya dan besarnya perubahan pada masa remaja yang meliputi aspek fisik, kognitif dan sosioemosional. Erik Erikson (dalam Santrock, 2007) memandang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja merupakan bagian dari tugas perkembangan mereka untuk membentuk identitas personal. Pada masa ini remaja cenderung aktif untuk mengeksplorasi diri dan lingkungannya serta mulai mengembangkan minat pada bidang-bidang tertentu. Menurut teori perkembangan psikososial Erikson periode ini disebut tahap *identity versus identity confusion*.

Teori Erik Erikson ini sesuai dengan apa yang dialami oleh K (18 tahun), siswa SMA Laboratorium Kristen Satya Wacana. K menyatakan bahwa dirinya sedang mengembangkan jati diri dan cenderung berkelompok dengan teman-teman yang mempunyai hobi dan minat yang sama. Lebih lanjut K menyatakan

bahwa ia melihat dirinya dan teman-temannya seringkali memiliki perbedaan pandangan terhadap suatu hal yang terkadang dapat membuatnya sulit menyesuaikan diri dengan teman yang lain. K juga menceritakan salah satu pengalaman yang paling membuatnya merasa sedih, yaitu ketika ia bermasalah dengan teman perempuannya. Erikson (dalam Santrock, 2007) menjelaskan bahwa peran dalam hubungan romantis merupakan salah satu status dan peran sosial baru dalam masa remaja.

Sebagai bagian dari eksplorasi identitasnya, remaja mengalami *psychosocial moratorium*, istilah yang digunakan Erikson merujuk pada kesenjangan antara rasa aman masa kanak-kanak dengan otonomi di masa dewasa. Remaja yang berhasil membentuk identitas positif memiliki sebuah penghayatan atau pemaknaan mengenai diri yang baru, yang menyegarkan dan dapat diterima, sedangkan remaja yang tidak berhasil mengatasi krisis identitas akan menderita kebingungan identitas (*identity confusion*). Mereka ini dapat menarik diri, mengisolasi diri dari kawan-kawan dan keluarga, atau membenamkan dirinya dalam dunia kawan-kawan dan kehilangan identitasnya sendiri dalam kerumunan itu. Lebih lanjut, Erikson (dalam Santrock, 2007) menyatakan bahwa sebagai sebuah potret diri, identitas terdiri dari beberapa potongan dan salah satunya adalah keyakinan spiritual.

Erikson (dalam Nelson, 2009) berpendapat agama pada umumnya diturunkan dalam keluarga sehingga sejak kecil individu sudah mengenal sosok transenden. Namun, pada masa remaja inilah individu mulai menganggap agama sebagai sumber ideologi dan melalui agama mencari pengalaman spiritual



(*spiritual experience*). Spiritualitas memang sulit dibedakan dari agama. Tetapi perbedaan utamanya adalah agama lebih menekankan pada struktur, praktik, dan keyakinan yang dimiliki oleh kelompok tertentu sedangkan spiritualitas menggambarkan sisi eksperimental dan personal dari relasi seseorang dengan sosok transenden atau yang kudus (Nelson, 2009). Berikut wawancara dengan seorang narasumber (17 tahun) yang beragama Kristen:

*“Sejak lahir saya sudah beragama Kristen... saya mulai cinta Tuhan Yesus sejak kelas 1 atau 2 SMP saat mengikuti kebaktian.... saat itu saya berdoa dan Tuhan Yesus hadir dalam doa saya dan saat ini saya menjadi semakin serius dan taat pada firman Tuhan”*

Bila agama cenderung tidak berubah sesuai dengan konteks kultural yang ada maka spiritualitas merupakan sebuah proses sepanjang hidup yang terus berkembang, dimulai dari masa kanak-kanak dalam bentuk kesadaran alamiah sampai menjadi sebuah pencarian terhadap tujuan dan kerinduan akan makna transendental (Sperry dalam Sangwon & Esquivel, 2011).

Spiritualitas, menurut Erikson, menyediakan kekuatan untuk membantu individu mencapai perkembangan yang optimal dalam setiap tahap, terutama pada masa remaja untuk mendapatkan kualitas kesetiaan (*fidelity*). Pendapat Erikson ini diperkuat oleh penelitian-penelitian mengenai spiritualitas pada remaja yang muncul belakangan ini. Teolog dan psikolog telah mengidentifikasi masa remaja sebagai periode kebangunan spiritual (*spiritual awakening*) yang dicirikan oleh pencarian makna hidup, meningkatnya kapasitas untuk pengalaman spiritual, dan

proses menantang nilai-nilai keagamaan tradisional (Sangwon dan Esquivel, 2011). Penelitian yang dilakukan Ahmed (dalam Nelson, 2009) menemukan bahwa di dalam kultur barat maupun non-barat spiritualitas memainkan peran penting dalam kehidupan remaja.

Delaney (2005) menyatakan bahwa spiritualitas adalah fenomena multidimensional yang secara universal dialami oleh individu sebagai konstruksi sosial dan terus dikembangkan individu selama rentang kehidupannya. Lebih lanjut Delaney (2005) menyatakan bahwa spiritualitas memiliki empat aspek, yaitu: (1) *Higher power or universal intelligence*, yaitu suatu kepercayaan kepada kekuatan yang lebih tinggi atau kecerdasan universal yang mungkin atau tidak mungkin meliputi praktek-praktek religius formal; (2) *Self-discovery*, yaitu perjalanan spiritual yang dimulai dengan refleksi dalam diri dan pencarian makna dan tujuan. Proses penemuan diri ini petunjuk untuk pertumbuhan diri, penyembuhan dan transformasi; (3) *Relationships*, yaitu suatu hubungan integral dengan orang lain berdasar rasa hormat yang mendalam dan penghormatan untuk kehidupan yang dikenal dan pengalaman dalam berhubungan; (4) *Eco-awareness*, yaitu suatu hubungan integral dengan alam berdasar rasa hormat yang mendalam serta penghormatan untuk lingkungan dan kepercayaan bahwa bumi itu suci. Selanjutnya Delaney menggabungkan aspek *higher power or universal intelligence* dan *eco-awareness* menjadi satu.

Penelitian empiris mengenai spiritualitas memang belum banyak dilakukan, walaupun demikian penelitian baru-baru ini menyatakan bahwa spiritualitas merupakan faktor protektif selama masa remaja yang membantu

individu untuk mengatasi kesulitan-kesulitan dalam hidup serta meningkatkan kesehatan mental dan *well-being* (Sangwon & Esquivel, 2011). Spiritualitas juga merupakan salah satu karakteristik inti dari resiliensi, karena nilai-nilai spiritual memungkinkan individu untuk tetap mempunyai pandangan yang optimis dalam hidup dan menemukan makna hidup bahkan dalam situasi yang sulit (Sangwon & Esquivel, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Kim, Miles-Mason, Kim dan Esquivel (dalam Sangwon & Esquivel, 2011) menguatkan dugaan tersebut. Penelitian dilakukan pada remaja Katholik Korea-Amerika dan ditemukan bahwa pengalaman spiritual sehari-sehari mempunyai pengaruh paling besar terhadap kepuasan hidup. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Kelley dan Miller pada tahun 2007 (dalam Sangwon & Esquivel, 2011) pada kelompok partisipan dengan latar belakang etnis yang beragam dan mendapatkan hasil yang serupa.

Penelitian-penelitian mengenai spiritualitas pada masa remaja juga dilakukan di sekolah-sekolah karena remaja menghabiskan sebagian besar waktu mereka di sekolah. Sekolah yang mengintegrasikan pendidikan spiritual di dalam kegiatan sekolah sehari-hari ternyata mempunyai siswa-siswa yang secara akademis lebih baik, lebih puas terhadap pengalaman sekolah mereka, dan lebih peka terhadap permasalahan sosial (Joffe, 2006).

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil data dari siswa-siswa SMA Laboratorium Satya Wacana. SMA Laboratorium Satya Wacana merupakan salah satu sekolah yang berupaya untuk memperhatikan spiritualitas siswa-siswanya. Salah satu siswa, K, melaporkan bahwa setiap pagi kegiatan di SMA Laboratorium Satya Wacana diawali dengan renungan bersama di masing-masing

kelas. SMA Laboratorium Satya Wacana juga memiliki jadwal-jadwal khusus untuk renungan atau kebaktian yang diikuti oleh seluruh siswa.

Penelitian-penelitian mengenai spiritualitas tidak hanya menemukan hasil-hasil yang positif, beberapa penelitian melaporkan hasil yang sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Schuurmans-Stekhoven (2010) diikuti oleh 265 partisipan dengan rentang usia dan pendidikan yang beragam. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara spiritualitas dan dimensi-dimensi SWB. Schuurmans-Stekhoven memberikan catatan tambahan bahwa partisipan dalam penelitiannya berasal dari daerah rural di Australia yang tidak memiliki kebiasaan praktik religius dan spiritual berbeda dengan daerah penelitian-penelitian di Amerika yang kebanyakan warganya mempraktikkan agama secara normatif.

Spiritualitas juga dapat menimbulkan depresi pada remaja seperti yang dilaporkan oleh Miller (2013). Periode kebangkitan spiritual seringkali menimbulkan pertanyaan-pertanyaan filosofis yang tidak mampu dijawab oleh remaja dan dapat menimbulkan kebingungan dan ketidakpastian. Pada masa ini remaja memerlukan dukungan dalam mengembangkan spiritualitas pribadi sehingga mampu meraih nilai-nilai spiritualitas (Miller, 2013).

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hipotesis bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara spiritualitas dengan kepuasan hidup, spiritualitas dengan afek positif, dan korelasi negatif yang signifikan antara spiritualitas dengan afek negatif. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kemajuan bagi perkembangan teori spiritualitas terutama pada masa remaja

mengingat pada saat ini hanya ada kurang dari 1% artikel ilmiah yang membahas topik tersebut (Benson, Roehlkepartain, & Rude, 2003). Penelitian ini juga dapat menjadi masukan bagi sekolah-sekolah, khususnya SMA Laboratorium Satya Wacana, berkaitan dengan spiritualitas dan kebahagiaan pada remaja.

### **Metode**

Penulis terlebih dahulu melakukan wawancara pra-penelitian terhadap dua narasumber untuk mengetahui gambaran spiritualitas dan SWB pada remaja. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional. Fokus penelitian ini adalah ingin mengukur korelasi antara spiritualitas dan dimensi-dimensi SWB.

### **Partisipan**

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan karakter sampel adalah remaja berusia 16-20 tahun. Pihak sekolah kemudian mengizinkan peneliti untuk mengambil data di 4 kelas XII. Partisipan terdiri atas 40 remaja laki-laki dan 50 remaja perempuan yang merupakan murid SMA Laboratorium Satya Wacana 16-19 tahun.

Partisipan menuliskan informasi-informasi sosiodemografi seperti umur, jenis kelamin, dan agama partisipan. Peneliti juga memasukkan beberapa pertanyaan terbuka untuk mengetahui penilaian partisipan terhadap diri mereka yang meliputi aspek fisik, kognitif, dan sosioemosional serta keterlibatan partisipan dalam kegiatan-kegiatan rohani. Beberapa pertanyaan yang diberikan seperti penilaian terhadap penampilan fisik dan performa akademis.



Dari informasi yang dituliskan partisipan diketahui bahwa partisipan memiliki latar belakang agama yang berbeda. 69 orang merupakan pemeluk agama Kristen, 9 orang beragama Katholik, 6 orang beragama Islam, 5 orang beragama Budha, dan 1 orang beragama Hindhu. 67,78% dari partisipan melaporkan merasa puas dengan penampilan fisiknya saat ini sementara terdapat 62,22% partisipan yang tidak puas terhadap performa akademis mereka saat ini. Hanya terdapat 8,89% subjek yang menyatakan tidak memiliki relasi yang hangat dengan orangtua sedangkan 95,55% dari partisipan mengaku memiliki relasi yang akrab dengan teman sebaya.

#### **Alat ukur**

Peneliti terlebih dahulu menerjemahkan skala-skala berbahasa asing yang dipakai ke dalam bahasa Indonesia. Skala-skala tersebut kemudian diujikan kepada 10 orang terlebih dahulu untuk mengetahui apakah ada kesulitan dalam memahami aitem-aitem yang sudah diterjemahkan. Peneliti kemudian melakukan uji-coba empirik (*field test*) terhadap 194 subjek yang berusia 16-19 tahun. Uji validitas dan reliabilitas kemudian dilakukan terhadap data yang diperoleh dari uji-coba empirik.

*The Satisfaction with Life Scale* (SWLS) merupakan skala untuk mengukur kepuasan hidup yang dikembangkan oleh Diener, Emmons, Larsen dan Griffin (1985). SWLS terdiri atas 5 aitem ( $\alpha = 0,87$ ). SWLS menggunakan skala Likert yang menyediakan 7 pilihan mulai “sangat tidak sesuai” sampai “sangat sesuai”. Hasil seleksi aitem dan reliabilitas SWLS menyisakan 4 aitem ( $\alpha = 0,71$ ).

**Positive Affect Negative Affect Schedule (PANAS)** dikembangkan oleh Watson, Clark, dan Tellegen (1988) terdiri atas 10 aitem untuk mengukur afek positif dan 10 aitem lainnya untuk mengukur afek negatif. PANAS menggunakan skala Likert yang menyediakan 5 pilihan mulai dari “sangat jarang” sampai “sangat sering”. Setelah dilakukan uji seleksi aitem dan reliabilitas jumlah aitem pada afek positif adalah 8 aitem ( $\alpha = 0,73$ ) dan pada afek negatif adalah 9 aitem ( $\alpha = 0,80$ ).

**The Spiritual Scale** merupakan skala untuk mengukur spiritualitas yang terdiri atas tiga dimensi, *relationship*, *eco-awareness*, dan *self discovery*, dan dikembangkan oleh Delaney (2005). *The Spiritual Scale* terdiri atas 23 aitem dan menggunakan skala Likert yang menyediakan 7 pilihan mulai dari “sangat tidak sesuai” sampai “sangat sesuai”. Hasil uji seleksi aitem dan reliabilitas SWLS menyisakan 22 aitem ( $\alpha = 0,85$ ).

### Hasil

#### Uji Asumsi

Penelitian ini merupakan bentuk studi korelasional yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara spiritualitas dengan dimensi-dimensi SWB. Namun sebelum melakukan uji korelasi, peneliti harus melakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi ini digunakan untuk menentukan jenis statistik parametrik atau non-parametrik yang akan digunakan untuk uji korelasi.

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov–Smirnov* menunjukkan skala spiritualitas ( $K-S-Z = 0,585$ ,  $p = 0,884$ ), skala kepuasan hidup ( $K-$

S-Z = 1,208 ,  $p = 0,108$ ), skor afek positif (K-S-Z = 0,800 ,  $p = 0,544$ ), dan skor afek negatif (K-S-Z = 0,584 ,  $p = 0,884$ ). Hasil ini menunjukkan data-data yang didapatkan berdistribusi normal.

## 2. Uji Linieritas

Hasil uji linieritas menunjukkan adanya hubungan yang linear antara spiritualitas dengan dimensi-dimensi SWB ( $p > 0,05$ ) kecuali spiritualitas dengan afek negatif.

### Data Deskriptif

Tabel 1. Statistik deskriptif dari skala spiritualitas dan dimensi-dimensi SWB

No.	Skala	Min	Max	M	SD
1.	Spiritualitas	70	127	104,4	12,11
2.	Kepuasan hidup	4	26	18,33	4,47
3.	Afek positif	15	38	26,28	4,77
4.	Afek negatif	9	39	24,38	6,29

Tabel 1 merupakan data analisis statistik deskriptif terhadap skor partisipan. Peneliti kemudian membagi skor dari tiap skala menjadi 5 kategori dimulai dari “sangat rendah” sampai dengan “sangat tinggi” menggunakan rumus kategorisasi jenjang (Azwar, 2012). Tabel 2 menunjukkan jumlah partisipan di tiap kategori untuk masing-masing variabel.

Tabel 2. Kriteria skor spiritualitas dan dimensi-dimensi SWB

No.	Kategori	Spiritualitas		Kepuasan hidup		Afek Positif		Afek Negatif	
		F	Persentase	F	Persentase	F	Persentase	F	Persentase
1.	Sangat Tinggi	45	50%	19	21,11%	6	6,67%	2	2,22%
2.	Tinggi	37	41,11%	25	27,78%	37	41,11%	11	12,22%
3.	Sedang	8	8,89%	28	31,11%	36	40%	34	37,78%
4.	Rendah	0	0%	15	16,67%	8	8,89%	28	31,11%
5.	Sangat Rendah	0	0%	3	3,33%	3	3,33%	15	16,67%

Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat spiritualitas partisipan berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi sedangkan tingkat kepuasan hidup partisipan cenderung berada pada kategori sedang sampai tinggi. Tabel 2 juga menunjukkan bahwa partisipan pada penelitian ini pada umumnya berada pada kategori sedang sampai tinggi untuk tingkat afek positif dan kategori sedang sampai rendah untuk afek negatif. Dari data deskriptif di atas dapat disimpulkan bahwa partisipan pada penelitian ini cenderung memiliki spiritualitas yang tinggi, puas akan hidupnya, dan lebih banyak merasakan afek positif dibandingkan afek negatif selama beberapa minggu terakhir.

### Uji Korelasi

Setelah diketahui bahwa data berdistribusi normal dan variabel-variabel penelitian linear maka uji korelasi dilakukan dengan menggunakan statistik parametrik. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pearson *product moment correlation*. Tabel 3 dibawah ini memuat hasil uji korelasi.

Tabel 3. Korelasi antara spiritualitas dan dimensi-dimensi subjective well-being

Variabel	1	2	3	4
Spiritualitas (1)	-	0,45**	0,57**	0,14
Kepuasan hidup (2)	-	-	0,32**	0,15
Afek positif (3)	-	-	-	0,34
Afek negatif (4)	-	-	-	-

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara spiritualitas dengan kepuasan hidup,  $r = 0,45$  ,  $p < 0,01$ . Spiritualitas juga

berkorelasi positif secara signifikan dengan afek positif,  $r = 0,57, p < 0,01$ . Hal ini berarti hipotesis penelitian yang menyatakan adanya korelasi positif yang signifikan antara spiritualitas dengan kepuasan hidup dan spiritualitas dengan afek positif diterima. Dilihat dari segi kekuatannya, korelasi antara spiritualitas dengan kepuasan hidup dan spiritualitas dengan afek positif berada pada kisaran  $0,30 \leq r \leq 0,69$  sehingga dapat dikatakan memiliki korelasi yang cukup kuat (Jackson, 2006). Dapat dilihat dari tabel bahwa tidak terdapat korelasi yang signifikan antara spiritualitas dengan afek negatif sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan adanya korelasi negatif yang signifikan antara kedua variabel ditolak.

### **Pembahasan**

Pendekatan peneliti untuk membahas hasil penelitian ini menggunakan pendekatan *bottom up*. Pendekatan ini berasumsi bahwa individu membangun SWB berdasarkan penilaian terhadap kondisi-kondisi di dalam kehidupan individu (Heady, Veenhoven, & Wearing, 1991). Artinya, pada penelitian ini spiritualitas dan variabel-variabel lainnya dianggap berkontribusi bagi SWB seseorang.

Hasil uji korelasi yang menyatakan adanya korelasi positif yang signifikan antara spiritualitas dengan kepuasan hidup dan spiritualitas dengan afek positif pada penelitian ini sesuai dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya baik pada kultur barat maupun timur dan kelompok partisipan yang berbeda agama. Penelitian pada remaja Inggris yang dilakukan oleh Francis, Jones, dan Wilcox (2000) menemukan bahwa spiritualitas berkorelasi positif dengan kebahagiaan. Abdel-Khalek (2007) melakukan penelitian pada partisipan



Muslim di Kuwait dan melaporkan bahwa semakin tinggi spiritualitas seseorang maka semakin besar juga kebahagiaan orang tersebut di dalam hidupnya. Kim, Miles-Mason, Kim, dan Esquivel (2011) juga melaporkan hal yang sama ditemukan pada remaja Katholik Korea-America.

Hasil penelitian ini kembali memberi penegasan terhadap pentingnya fungsi spiritualitas di dalam kehidupan manusia terutama pada kepuasan hidup ( $R = 20,25\%$ ) dan tingkat afek positif ( $R = 32,49\%$ ). Spiritualitas pertama kali dicetuskan sebagai suatu variabel prediktor terhadap SWB sebagai suatu alternatif dari kepercayaan umum yang dimiliki pada tahun 1980-an. Saat itu banyak orang berpikir bahwa tingkat kebahagiaan seseorang ditentukan oleh status ekonomi seseorang (Ellison, 1984). Namun, melihat hasil survey Gallup pada tahun 1980 (dalam Bufford, Paloutzian & Ellison, 1991) yang menyatakan bahwa mayoritas rakyat Amerika menganggap bahwa praktik-praktik religius dan spiritualitas sebagai bagian penting dalam kehidupan sehari-hari maka banyak peneliti mulai tertarik untuk mengembangkan teori mengenai spiritualitas. Paloutzian dan Ellison (1982) bahkan secara serius mengembangkan alat ukur untuk spiritualitas yang dinamakan *Spiritual Well-Being Scale*. Lebih lanjut Ellison (1982) menyatakan bahwa spiritualitas merupakan karakteristik dalam individu dimana individu mampu hidup selaras dalam relasi dengan Tuhan, dirinya sendiri, komunitas, dan lingkungan. Teori mengenai spiritual yang lebih modern dikemukakan oleh Delaney (2005) namun tetap memuat aspek-aspek yang sama.

Emmons dan Paloutzian (2003) menyatakan bahwa pengalaman spiritualitas sehari-hari mampu menghasilkan emosi-emosi positif seperti pengharapan

(*hope*), kasih (*love*), pengampunan (*forgiveness*), dan rasa syukur (*gratitude*) yang mampu membuat individu lebih bahagia, merasa lebih puas, menikmati kehidupan, dan memiliki kesehatan mental dan fisik yang baik. Spiritualitas juga memiliki kaitan erat dengan relasi yang lebih sehat, perilaku sehat, dukungan sosial, keahlian *coping* yang lebih baik, dan *self esteem* yang pada akhirnya dapat meningkatkan kepuasan hidup dan afek positif pada remaja (Wallace & William, 1997; Van Dyke, Glenwick, Cecero, & Kim, 2009)

Spiritualitas juga menjadi sumber kerangka berpikir atau ideologi yang membantu dalam memaknai hidup dan menyediakan tujuan hidup terutama pada situasi-situasi yang tidak menentu (Park, 2007). Fungsi spiritualitas ini jelas membantu remaja yang sedang berada dalam masa eksplorasi identitas. Frankl (dalam Sangwon & Esquivel, 2011) menyatakan bahwa pencarian akan makna hidup merupakan variabel yang esensial bagi *well-being* seseorang dan kesulitan-kesulitan secara psikologis dapat berasal dari tidak adanya tujuan dalam hidup.

Tidak ditemukannya korelasi negatif yang signifikan antara spiritualitas dan afek negatif sesuai dengan hasil penelitian Van Dyke, Glenwick, Cecero, dan Kim (2009). Keyes (dalam, Van Dyke, Glenwick, Cecero, & Kim, 2009) menyatakan bahwa kesehatan mental dan absennya simptom-simtom psikologis tidaklah selalu berjalan beriringan tetapi merupakan dua fenomena berbeda yang muncul di garis yang terpisah. Artinya walaupun spiritualitas berkontribusi positif bagi kepuasan hidup dan afek positif tidak berarti peningkatan tersebut diikuti dengan penurunan afek negatif. Van Dyke, Glenwick, Cecero, dan Kim (2009) juga mencatat bahwa

adanya kemungkinan remaja mengembangkan mekanisme *coping* yang lain untuk menghadapi afek negatif dan tekanan hidup seiring bertambahnya usia mereka.

Korelasi positif yang ditemukan pada penelitian ini antara spiritualitas dan afek negatif ( $r = 0,14$ ), kepuasan hidup dan afek negatif ( $r = 0,15$ ), serta afek positif dan afek negatif ( $r = 0,34$ ) juga dapat dimungkinkan oleh keunikan pada remaja itu sendiri. Santrock (2007) menyatakan bahwa remaja mengalami apa yang disebut fluktuasi emosi yaitu perubahan-perubahan emosi yang terjadi secara cepat. Reed Marson dan Maryse Richards (dalam Santrock, 2007) menemukan bahwa remaja melaporkan emosi yang ekstrem dan berlalu cepat dibanding orangtuanya. Hal ini mengindikasikan bahwa pada remaja, afek negatif dapat muncul beriringan dengan dimensi-dimensi SWB lainnya dan tetap juga dirasakan oleh remaja walaupun individu tersebut memiliki spiritualitas yang tinggi.

Walaupun hasil penelitian ini serupa dengan penelitian-penelitian sebelumnya peneliti melihat adanya kontribusi dari variabel-variabel lain sebesar 79,75% untuk kepuasan hidup dan 67,61% untuk afek positif. Penelitian sebelumnya mengenai SWB telah mengungkapkan variabel-variabel yang berpengaruh terhadap SWB pada remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah prestasi akademik, relasi dengan teman sebaya, relasi dengan orangtua, akses terhadap dukungan sosial dan persepsi terhadap penampilan fisik ((Erliymaz, 2011; Hayman, Kurpius, Befort, dkk., 2007). Pada penelitian ini terdapat partisipan yang tidak puas dengan faktor-faktor tersebut terutama ketidakpuasan terhadap penampilan fisik (32,22%) dan ketidakpuasan terhadap performa akademis (37,78%).

Peneliti kemudian melakukan uji beda terhadap partisipan yang merasa puas dan tidak puas pada masing-masing faktor. Hasil uji beda terhadap kelompok yang puas dan tidak puas dengan penampilan fisiknya tidak menghasilkan skor yang signifikan pada variabel kepuasan hidup ( $t = 1,298$  ,  $p > 0,05$ ) dan afek negatif ( $t = -1,893$  ,  $p > 0,05$ ) tetapi menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada variabel afek positif ( $t = 2,173$ ,  $p < 0,05$ ). Pada kelompok yang puas dan tidak puas terhadap performa akademik tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada kepuasan hidup ( $t = 0,274$  ,  $p > 0,05$ ); afek positif ( $t = -0,930$  ,  $p > 0,05$ ); afek negatif ( $t = -0,927$  ,  $p > 0,05$ ). Hasil yang serupa juga ditemukan pada kelompok yang memiliki relasi hangat dan tidak memiliki relasi hangat dengan orangtua. Pada kelompok ini variabel kepuasan hidup ( $t = 1,471$  ,  $p > 0,05$ ), afek positif ( $t = 1,402$  ,  $p > 0,05$ ), dan afek negatif ( $t = -0,881$  ,  $p > 0,05$ ) tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Hasil uji beda terhadap kelompok yang memiliki dan tidak memiliki relasi yang hangat dengan teman sebaya tidak menghasilkan skor yang signifikan pada variabel kepuasan hidup ( $t = 0,265$  ,  $p > 0,05$ ), afek positif ( $t = 1,746$  ,  $p > 0,05$ ) dan afek negatif ( $t = -0,851$  ,  $p > 0,05$ ). Hasil uji beda yang signifikan pada kelompok yang puas dan tidak puas dengan penampilan fisiknya pada variabel afek positif mengindikasikan kemungkinan adanya kontribusi dari kepuasan terhadap bentuk tubuh pada remaja pada penelitian ini. Sedangkan hasil uji beda yang tidak signifikan pada kelompok-kelompok lainnya mengindikasikan tidak adanya kontribusi terhadap variabel-variabel yang diteliti.

Peneliti juga melihat data-data pada partisipan yang memiliki penyimpangan skor yaitu memiliki skor spiritualitas yang tinggi namun memiliki

kepuasan hidup dan afek positif yang rendah tetapi tinggi pada skor afek negatif. Partisipan X memiliki skor spiritualitas yang berada pada kategori sangat tinggi (105) namun memiliki skor kepuasan hidup yang sangat rendah (9). Dari data sosiodemografi partisipan X mengaku tidak puas dengan performa akademiknya karena belum berusaha maksimal dan belum mencapai target. S'arakauskien dan Bagdonas (dalam Erliyaz, 2011) mencatat bahwa adanya hubungan yang signifikan antara SWB dengan prestasi akademik. Berdasarkan penelitian tersebut peneliti menduga bahwa evaluasi partisipan X mengenai performa akademiknya memberikan kontribusi terhadap rendahnya kepuasan hidup partisipan X. Selain itu partisipan X ternyata berasal dari Sumba namun saat ini menempuh pendidikan di Salatiga. Partisipan mencatat bahwa dirinya menghabiskan waktu luang untuk berkomunikasi dengan teman-temannya di luar pulau. Ada kemungkinan partisipan X merasa terpisah dari teman-teman dekatnya dari satu pulau dan belum dapat menikmati relasi dengan teman sebayanya di Salatiga. Berk (2001) mengatakan bahwa karakteristik persahabatan yang diharapkan oleh remaja mengandung keakraban (*intimacy*), yang memuat aspek-aspek seperti kedekatan secara fisik dan juga saling keterbukaan. Relasi dengan teman sebaya yang belum sesuai dengan harapan X dapat berkontribusi terhadap rendahnya kepuasan hidup X.

Partisipan lainnya, Y, memiliki keunikan yaitu memiliki spiritualitas sedang (81) namun memiliki skor kepuasan hidup yang tinggi (19). Partisipan melaporkan bahwa dirinya memang tidak pernah mengikuti kegiatan kerohanian secara rutin tetapi mempunyai persepsi positif terhadap penampilan fisik dan



relasinya dengan orangtua dan teman sebaya. Partisipan juga rutin berolahraga. Kegiatan berolahraga yang diikuti oleh partisipan dapat membuka akses bagi partisipan terhadap persahabatan yang karib dan dukungan sosial sehingga berkontribusi terhadap peningkatan kepuasan hidup.

Peneliti juga tertarik pada partisipan yang memiliki afek negatif yang tinggi. Salah satu partisipan mempunyai skor afek negatif sebesar sangat tinggi (39) dan skor spiritualitas sangat tinggi (111). Partisipan Z mencatat bahwa dirinya merasa tidak puas dengan penampilan fisiknya terutama bila berada bersama orang lain yang lebih baik dari dirinya. Z juga merasa tidak puas dengan performa akademiknya. Ketidakpuasan terhadap penampilan fisik dan performa akademik dapat memberikan kontribusi terhadap tingginya afek negatif (Hayman, Kurpius, Befort, dkk., 2007 ; Erliymaz, 2011)

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah peningkatan spiritualitas dapat diikuti dengan peningkatan kebahagiaan individu. Hal ini dapat terjadi karena banyaknya manfaat yang diterima individu melalui pengalaman spiritual sehari-harinya. Manfaat tersebut meliputi relasi yang akrab dengan sesama, akses terhadap dukungan sosial, pertumbuhan pribadi, keahlian *coping* yang baik, dan kemampuan untuk membangun pemaknaan dan tujuan dalam hidup. Namun demikian, terdapat juga individu-individu yang memiliki spiritualitas yang tinggi tetapi memiliki SWB yang rendah atau sebaliknya. Hal ini dapat diakibatkan variabel-variabel lain seperti hubungan sosial, performa akademis, dan persepsi terhadap penampilan fisik. Variabel-variabel tersebut juga dapat diteliti lebih lanjut karena berhubungan erat dengan dengan evaluasi yang

dilakukan remaja terhadap dirinya dan dapat memoderatori SWB (Harter, dalam Santrock, 2007).

### **Batasan dan Saran untuk Penelitian Selanjutnya**

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbahasa Inggris yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Peneliti sudah berupaya untuk dapat mengadaptasi secara akurat alat ukur yang digunakan melalui masukan yang didapat dari uji coba yang sudah dilakukan. Namun di lapangan, masih terdapat partisipan yang merasa kesulitan dalam memahami aitem-aitem di dalam alat ukur. Hal ini dapat berakibat terhadap reliabilitas dan validitas alat ukur seperti yang sudah dijabarkan peneliti dalam uji validitas dan reliabilitas alat ukur. Peneliti menyarankan agar untuk pemakaian alat ukur yang serupa dapat berkonsultasi terlebih dahulu dengan ahli-ahli bahasa. Untuk penelitian selanjutnya dapat juga memakai alat ukur secara khusus digunakan untuk remaja. Dimensi kepuasan hidup dapat diukur dengan menggunakan *Students Life Satisfaction Scale* oleh Huebner dan dimensi afek positif dan afek negatif dapat menggunakan PANAS-C oleh Laurent.

Penelitian selanjutnya juga dapat mengukur korelasi antara aspek-aspek spiritualitas dengan dimensi-dimensi SWB. Terdapat kemungkinan bahwa aspek-aspek spiritualitas menghasilkan korelasi yang berbeda ketika tidak diukur sebagai dimensi personal yang utuh. Peneliti juga menyadari sedikitnya jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sehingga kekuatan generalisasi tentunya terbatas.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mempunyai beberapa saran. Bagi pihak sekolah, sebagai lingkungan yang dekat dengan kehidupan remaja, dapat mempertahankan tingkat spiritualitas pada remaja yang sudah baik. Pihak sekolah juga dapat memperhatikan secara khusus ketidakpuasan yang dialami oleh siswanya terutama pada aspek persepsi terhadap penampilan fisik dan juga performa akademik karena aspek-aspek tersebut mungkin mempengaruhi SWB siswa. Sekolah juga harus mempertahankan relasi yang akrab antarsiswa yang sudah terjalin saat ini.



### Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2010). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Benson, P.L., Roehlkepartain, E.C., & Rude, S.P. (2003). Spiritual Development in Childhood and Adolescence : Toward a Field of Inquiry. *Applied Developmental Science*, 7, 204-212.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assesment*, 49, 71-75.
- Delaney, C. (2005). The Spirituality Scale: Development and Psychometric Testing of a Holistic Instrument to Assess the Human Spiritual Dimension. *Journal of Holistic Nursing*, 23, 145-167.
- Ehrlich, B.S. & Isaacowitz, D.M. (2002). Does Subjective Well-Being Increase with Age. *Perspectives in Psychology*, 21-26.
- Erliymaz, A. (2011). A Model of Subjective Well-Being for Adolescent In High School. *Journal of Happiness Study*, 13:275-289.
- Feldman, R.S. (2012). *Pengantar psikologi edisi 10 buku 2*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Francis, L.J., Jones, S. H., & Wilcox, C. (2000). Religiosity and happiness: During adolescence, young adulthood and laterlife. *Journal of Psychology and Christianity*, 19, 245 – 257.
- Garcia, D. & Moradi, S. (2013). The Affective Temperamentsand Well-Being: Swedish and Iranian Adolescents' Life Satisfaction and Psychological Well-Being. *Journal Happiness Stud*No 14, 689-707.
- Heady, B., Veenhoven, R., & Wearing, A. (1991).Top-Down Versus Bottom-Up Theories of Subjective Well-Being. *Social Indicators Research*, 24, 81-100
- Jackson, S.L. (2006). *Research methods and statistic : a critical thinking approach*. Belmont: Thomson – Wadsworth.
- King, P.E. & Boyatzis, C.J. (2004). Exploring Adolescent Spiritual and Religious Development: Current and Future Theoretical and Empirical Perspectives. *Applied Developmental Science* 8, 1,2-6.

- Kim, S. & Esquivel, G.B. 2011. Adolescent Spirituality and Resilience: Theory, Research, and Educational Practices. *Psychology in the Schools*, Vol. 48(7).
- Mathjisen, F.P. (2012). Adolscents and Spiritualism: Is This A Good Way to Cope With Fear? A Qualitative Approach. *Mental Healt, Religion & Culture Vol 15 No 5*, 485-494.
- Miller, L. (2013). Spiritual Awakening and Depression in Adolescents: A Unified Pathway or “Two Sides of The Same Coin”. *Bulletin of the Menninger Clinic*, Vol 77 No 4, 332-348.
- Nelson, J.M. (2009). *Psychology, religion, and spirituality*. New York : Springer..
- Ryff, C.D. (1995).Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4,99–104.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja. Edisi 11, Jilid 1*. Jakarta : Erlangga.
- Schuurmans-Stekhoven, J. (2010). “Moved by the Spirit”: Does Spirituality Moderate the Interrelationships Between Subjective Well-Being Subscales?.*Journal Clinical Psychology*, 66, 709-725.
- Simoes, C., Matos, M.G., & Batista-Foguet, J.M. (2008). Juvenile Delinquency : Analysis of Risk and Protective Factors Using Quantitative and Qualitative Methods. Cognition, Brain, Behavior. *An Interdisciplinary Journal Vol XII, No. 4*, 389-408.
- Tavakol, M. & Dennick, R. (2011). Making sense of cronbach’s alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53-55
- Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positiveand negative affect: The PANAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063–1070.